

Sveučilište u Zagrebu  
Filozofski fakultet  
Odsjek za psihologiju

**POVEZANOST INSTRUMENTALNOSTI,  
EKSPRESIVNOSTI I SOCIJALNE SAMOEFIKASNOSTI S  
DEPRESIVNIM SIMPTOMIMA**

Diplomski rad

Gordana Katalenić

Mentor: Dr. sc. Lidija Arambašić

Zagreb, 2008

## SADRŽAJ

<b>UVOD .....</b>	<b>1</b>
PREGLED ISTRAŽIVANJA O POVEZANOSTI INSTRUMENTALNOSTI, EKSPRESIVNOSTI I SOCIJALNE SAMOEFIKASNOSTI S DEPRESIVNIM SIMPTOMIMA .....	8
 <b>CILJ I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA .....</b>	<b>10</b>
 <b>METODOLOGIJA .....</b>	<b>11</b>
POSTUPAK I SUDIONICI ISTRAŽIVANJA .....	11
MJERNI INSTRUMENTI .....	12
 <b>REZULTATI .....</b>	<b>15</b>
 <b>RASPRAVA .....</b>	<b>20</b>
 <b>ZAKLJUČAK .....</b>	<b>28</b>
 <b>LITERATURA .....</b>	<b>29</b>
 <b>PRILOZI .....</b>	<b>32</b>

Naslov: Povezanost instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoefikasnosti s depresivnim simptomima

Gordana Katalenić

**Sažetak:**

Brojna istraživanja bavila su se povezanošću instrumentalnosti i ekspresivnosti s različitim mjerama mentalnog zdravlja te ona dosljedno pokazuju negativnu povezanost instrumentalnosti i mentalnog zdravlja. Povezanost ekspresivnosti i mentalnog zdravlja nije toliko dosljedna te kao jedno od mogućih objašnjenja navodi se da je ekspresivnost možda više vidljiva u socijalnom kontekstu. U ovom istraživanju ispitana je povezanost instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoefikasnosti s depresivnim simptomima te razlikuju li se muškarci i žene u jačini tih povezanosti. U tu svrhu, 200 sudionika od kojih 100 muškaraca i 100 žena u dobi od 30 do 40 godina je redom ispunjavalo: demografski upitnik, skalu maskuliniteta (instrumentalnosti) i femininiteta (ekspresivnosti) preuzetu iz Bemčinog inventara rodni uloga (BSRI), Skalu opažene socijalne samoefikasnosti (PSSE) i Beckov inventar depresivnosti (BDI). Analiza rezultata je pokazala značajnu povezanost između svih varijabli kod oba spola osim između ekspresivnosti i depresivnih simptoma kod žena. Iako je pretpostavljeno da vezi instrumentalnosti i depresivnih simptoma posreduje socijalna samoefikasnost, te da vezi socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma posreduje ekspresivnost, analiza rezultata to nije pokazala. Nadalje, pretpostavljeno je da je povezanost između svih varijabli jača kod muškaraca no pokazalo se da se muškarci i žene razlikuju jedino u povezanosti između ekspresivnosti i depresivnih simptoma.

Ključne riječi: instrumentalnost, ekspresivnost, socijalna samoefikasnost, depresivni simptomi

Title: The relationship of instrumentality, expressiveness and social self-efficacy to depressive symptoms

**Abstract:**

A number of researches have studied a relationship between instrumentality and expressiveness with different measures of mental health and they constantly show negative relationship between instrumentality and mental health. A relationship between expressiveness and mental health is not so constant and one of the possible explanations is that expressiveness is more visible in a social context. This study examined the relationship of instrumentality, expressiveness and social self-efficacy to depressive symptoms and also differences in the strength of these relationships in men and women. For that purposes 200 subjects, of which 100 men and 100 women have completed the following measures: demographic questionnaire, masculinity (instrumentality) and femininity (expressiveness) scale which were taken from Bem's Sex Role Inventor (BSRI), The Scale of Perceived Social Self – Efficacy (PSSE) and Beck Depression Inventory (BDI). The analysis shows significant relationship between all variables in both sexes except between expressiveness and depressive symptoms in women. It was postulated that the relationship between instrumentality and depressive symptoms would be mediated by social self-efficacy and that relationship between social self-efficacy and depressive symptoms would be mediated by expressiveness but the analysis didn't confirm this postulates. Furthermore, it was postulated that relationship between variables would be stronger in men but the only difference between men and women was in the relationship between expressiveness and depressive symptoms.

Keywords: instrumentality, expressiveness, social self-efficacy, depressive symptoms

## 1. UVOD

*Svi ljudi* tijekom života iskuse depresivne simptome kao što su utučenost, pomanjkanje radosti, čuvstvenu prazninu, bezvoljnost, gubitak interesa (Vulić-Prtorić, 2004) i ta emocionalna stanja ako ne traju predugo i/ili nisu izuzetno snažna su normalne, zdrave reakcije na, primjerice, gubitak, neuspjeh, razočaranja, opterećenja ili razdoblja obilježena pomanjkanjem ciljeva, osamljenošću i iscrpljenošću (Hautzinger, 1998). Vulić-Prtorić (2004) također ističe da depresivni simptomi predstavljaju sve učestalije iskustvo suvremenog čovjeka. Ista autorica navodi da rezultati epidemioloških istraživanja zaista pokazuju da su nove generacije izložene većem riziku od depresivnosti u usporedbi s njihovim roditeljima. Dill i Anderson (1999; prema Hermann i Betz, 2006) izvješćuju da 15% ljudi u nekom razdoblju svog života ima značajno izražene depresivne simptome.

Terminološki, *simptom* označava određene emocionalne, kognitivne i ponašajne karakteristike bez pretpostavki o etiologiji ili uzročnim faktorima koji leže u pozadini tih karakteristika (Vulić-Prtorić, 2004).

Simptomi depresivnosti mogu se podijeliti u četiri osnovne skupine: emocionalni, tjelesni, kognitivni i ponašajni.

*Emocionalni simptomi* općenito opisuju depresivnost na emocionalnom planu i odnose se na tužno i beznadežno raspoloženje, obeshrabrenost i utučenost. Dva najčešće opisivana depresivna simptoma su disforija i ahedonija. *Disforija ili disforično raspoloženje* je negativno raspoloženje različitog intenziteta koje je često povezano s osjećajem manje vrijednosti i gubitkom povjerenja u vlastite sposobnosti. *Ahedonija* je gubitak ugođe i uživanja u aktivnostima koje je osoba do tada smatrala privlačnima i u njima uživala (Vulić-Prtorić, 2004). Od ostalih emocionalnih simptoma Hautzinger (1998) spominje osjećaje bespomoćnosti, gubitka, napuštenosti, osamljenosti, unutarnje praznine, nezadovoljstva, krivnje, neprijateljstva, strepnje i zabrinutosti, pomanjkanje osjećaja i udaljenost od svijeta.

*Tjelesni simptomi* depresivnosti uključuju poremećaj različitih tjelesnih funkcija od kojih su najznačajnije promjene u apetitu koji može biti značajno smanjen ili povećan i smetnje spavanja. Tjelesni simptomi ili kako ih Hautzinger (1998) naziva vegetativnim

simptomima, također uključuju unutarnji nemir, napetost, razdražljivost, plačljivost, iscrpljenost, slabost, dnevne i uz godišnje doba vezane promjene stanja, osjetljivost na meteorološke promjene, gubitak ili dobivanje tjelesne težine, pomanjkanje libida i opće vegetativne tegobe kao što su pritisak u glavi te želučane i probavne smetnje.

*Kognitivni simptomi* najčešće se pojavljuju u obliku teškoća u koncentraciji i ispunjavanju svakodnevnih obveza, samookrivljavanja, niskog samopoštovanja i osobnog obezvrjeđivanja. Hautzinger (1998) kognitivne simptome naziva i zamišljenim simptomima te oni uključuju negativne stavove prema sebi i prema budućnosti, pesimizam, stalno prisutno samokritiziranje, nesigurnost, hipohondriju, siromaštvo ideja, otežano mišljenje, probleme s koncentracijom, cirkularno mišljenje, očekivanje kazni ili katastrofa, sumanute ideje, rigidnu razinu postavljanja zahtjeva, nihilističke zamisli o bezizlaznosti i besmislenosti vlastitog života, razmišljanje o samoubojstvu.

*Za ponašajne simptome* depresivnosti najznačajniji su *psihomotorička usporenost* (usporen i tih govor, usporeni pokreti tijela, produžene stanke u govoru) i *agitacija* (nemir s puno pokreta, trljanje ruku i sl.). Tijelo djeluje nemoćno, zgrbljeno je, bez tonusa. Izraz lica je tužan, plačljiv, zabrinut, kutovi usana su okrenuti prema dolje, čelo je naborano, mimika lica ukočena poput maske koja je katkada nervozna i napeta (Hautzinger, 1998). Karakteristično je i povlačenje od ljudi, a u uvjetima interakcije s drugim ljudima neprijateljsko, nekooperativno i kažnjavajuće socijalno ponašanje (Vulić-Prtorić, 2004).

Hautzinger (1998) navodi još jednu skupinu depresivnih simptoma koji se odnose na *motivaciju* i uključuju usmjerenost na neuspjeh, povlačenje ili izbjegavanje, strah ili bijeg od odgovornosti, doživljaj gubitka kontrole i bespomoćnosti, gubitak interesa, gubitak potkrepljenja, pomanjkanje poticaja, nemogućnost donošenja odluka, osjećaj preopterećenosti, povlačenje ili povećanu ovisnost o drugima.

Ova diplomatska radnje usmjerena je na istraživanje količine depresivnih simptoma u *općoj populaciji* te se svaki od simptoma može razlikovati s obzirom na *težinu, stupanj neugode i teškoće u svakodnevnom funkcioniranju*. Također želim istaknuti da postojanje nekih od simptoma *nikako ne znači* da se kod osobe razvio ili da će se razviti jedan od depresivnih poremećaja koji su ozbiljne psihičke bolesti za čije je dijagnosticiranje potrebna detaljna stručna analiza.

Istraživanja *depresivnih poremećaja* upućuju da su oni učestaliji kod žena nego kod muškaraca i to u omjeru 2:1 (Nolen-Hoeksema, 1987; prema Davison i Neale, 1999) te je za pretpostaviti i da žene u općoj populaciji učestalije iskuse depresivne simptome. Nekoliko je mogućih objašnjenja te razlike među spolovima. Feministkinje smatraju da depresija češće pogađa žene nego muškarce zbog toga što ih njihove socijalne uloge ne potiču da se osjećaju kompetentnima (Davison i Neale, 1999). Broverman, Broverman i Clarkson (1970; prema Davison i Neale, 1999) pišu da djevojčice možda uvježbavamo da budu bespomoćne što je u skladu s podacima nekih autora da ponašanje djevojčica rjeđe izaziva reakciju roditelja i nastavnika te da djevojčice češće uspjeh pripisuju sreći ili uslugama drugih što su nepostojani čimbenici, a neuspjehe globalnim i postojećim čimbenicima (prema Davison i Neale, 1999).

Nadalje, razlike između muškaraca i žena u trajanju depresivne epizode mogu se objasniti različitim *stilovima suočavanja sa stresom*. Muškarci kao odgovor na depresiju tipično započinju aktivnost što im pozornost odvlači od njihova raspoloženja dok su žene sklone u mislima «preživakavati» situaciju, a sebe okrivljuju za to što su depresivne (Kleinke i sur, 1982; prema Davison i Neale, 1999). Nadalje, razlika između muškaraca i žena u stilu sučeljavanja sa stresom može se objasniti učenjem *spolne uloge*. «Dio je muškog stereotipa biti aktivan i hvatati se u koštac s problemima, a ne razmišljati o vlastitim osjećajima i njihovim razlozima. Muškarci nauče biti manje emocionalni od žena. U istom smislu, to učenje spolne uloge može žene poučiti da su po svojoj naravi emocionalnije i da su stoga depresivne epizode prirodne i neizbježne.» (prema Davison i Neale, 1999; str. 277).

*Spolna (rodna) uloga* se odnosi na skup ponašanja, interesa, stavova i osobina ličnosti koje društvo smatra prikladnim za muškarca odnosno ženu. U engleskom govornom području ekvivalenti riječi «spol» su «sex» i «gender» te se isti pojmovi koriste za označavanje «roda» što može dovesti do nejasnoće na što se pojam odnosi. U hrvatskom jeziku pojmovi «spol» i «rod» su jasno određeni što znači da se «spol» odnosi na *biološko* određenje, a «rod» je *društveno* oblikovanje spola. Spol uvjetuju spolni kromosomi te se na temelju vanjskih spolnih organa određuje spol tek rođenog djeteta koji može biti muški ili ženski te je on konstantan. Spol je također određen unutarnjim

spolnim organima, hormonalnim statusom, diferencijacijom središnjeg živčanog sustava te sekundarnim spolnim obilježjima (Lipovec, 2006). Rod je prema definicij Vijeća Europe «određen shvaćanjem zadataka, djelovanja i uloga pripisanih muškarcima i ženama u društvu, u javnom i privatnom životu. Rod je kulturološki specifična definicija žena i muškaraca, i prema tome *promjenjiva* u prostoru i vremenu» (Lithander, 2000; prema Jugović, 2004). Smatram da spolna uloga zapravo ne postoji jer ne postoji uloga koja ima temelje u biologiji. Kultura i društvo su ti koji pred muškarca i ženu postavljaju različite zahtjeve u pogledu njihovih dužnosti i obaveza, ali i različita očekivanja o tome kako bi se muškarac odnosno žena trebali ponašati te koje bi interese, stavove i osobine ličnosti trebali imati što navodi i Brnić (2002). Zbog toga smatram ispravnim isključivo koristiti termin «rodna uloga».

Konceptualiziranje i mjerenje rodnih uloga započelo je 30-ih godina prošlog stoljeća kada su Terman i Miles postavili temelje *bipolarnom i jednodimenzionalnom* pristupu maskulnosti i femininosti što pretpostavlja da su maskulina i feminina rodna uloga međusobno isključive. Visoka maskulnost ujedno znači nisku femininost i obratno (Hoffman, 2001; prema Šojat, 2007). Usvajanje rodne uloge u skladu sa svojim spolom (feminine žene i maskulini muškarci) naziva se *rodno tipiziranje* te se ono smatralo znakom psihičkog zdravlja, a odstupanje od stereotipne rodne uloge vlastitog spola smatralo se duševnom patologijom (Marušić, 1994).

Sedamdesetih godina prošlog stoljeća javlja se *dvodimenzionalna* koncepcija maskulnosti i femininosti čemu je posebno pridonijela Sandra Bem. Prema dvodimenzionalnoj koncepciji, maskulnost i femininost su dvije *odvojene* dimenzije što znači da nisu međusobno isključive te da osoba može istovremeno posjedovati i maskuline i feminine karakteristike. Također, javlja se ideja da zdravi muškarci i žene posjeduju slične karakteristike te se uvodi pojam *androgenost* kao oznaka za istovremeno posjedovanje maskulinih i femininih osobina. Bem je razvila i dosad najkorišteniji mjerni instrument za ispitivanje maskulnosti i femininosti – BSRI (Bem's Sex Role Inventory) (Marušić, 1994). Jedan od načina obrade rezultata na BSRI je na temelju medijana na skali maskulnosti i skali femininosti te se sudionici dijele u četiri skupine: maskulini (visoka maskulnost i niska femininost), feminini (visoka femininost i niska maskulnost), androgini (visoka maskulnost i visoka femininost) i nediferencirani (niska maskulnost i

niska femininost). Cilj ovog istraživanja nije utvrditi kojoj od četiri skupine pripadaju sudionici nego zastupljenost «maskulinih» odnosno «femininih» osobina. Maskulinitet i femininost odnose se i na stereotipne aspekte kao što su izgled, odjeća i interesi (Spence, 1984; prema Miller, Caughlin i Huston, 2003), a kako je ovaj rad usmjeren na osobine ličnosti smatram opravdanim u nastavku, kada nije drugačije navedeno u literaturi, koristiti dihotomiju *instrumentalnost – ekspresivnost* koju su predložili Parson i Bales (Helmreich i Spence, 1979; prema Šojat, 2007). Instrumentalnost podrazumijeva skup osobina ličnosti tradicionalno povezanih sa maskulinom rodnom ulogom (npr. nezavisnost, samopouzdanost, asertivnost), dok ekspresivnost podrazumijeva skup osobina ličnosti tradicionalno povezanih sa femininom rodnom ulogom (npr. nježnost, blagost, osjetljivost na potrebe drugih) (Hermann i Betz, 2004).

Dvodimenzionalnoj koncepciji rodni uloga upućene su brojne kritike no ona je također potakla i niz istraživanja iz kojih su proizašla tri teorijska modela o odnosu maskuliniteta, femininosti i psihološkog zdravlja:

1. Model androginiteta
2. Model maskuliniteta
3. Diferencirani aditivni model androginiteta

Prema *modelu androginiteta* najzdravije su osobe koje istovremeno posjeduju i maskuline i feminine osobine što znači da jednako spremno mogu reagirati i maskulino i feminino, ovisno o zahtjevima situacije (Bem, 1975) što su potvrdili i Spence i suradnici (Spence, Helmreich i Stapp, 1975). Taylor i Hall (1982) pokazuju da su i maskulinitet i femininost pozitivno povezane sa mjerama psihološkog zdravlja no da je maskulinitet s tim mjerama jače povezana iz čega je proizašao *model maskuliniteta*. Istovjetne rezultate dobivaju Bassoff i Glass (1982; prema Marušić i Bratko, 1998) i Whitley (1983, 1984; prema Marušić i Bratko, 1998), te na temelju toga autori zaključuju da je maskulinitet, a ne androginitet ta koja pozitivno doprinosi psihološkom zdravlju. Kao objašnjenje navodi se da se maskuline karakteristike u društvu više cijene te izazivaju više socijalnih nagrada u svakodnevnom životu. Nadalje, Marsh (1987; prema Korabik, 2000) predlaže *diferencirani aditivni model androginiteta* prema kojem su maskulinitet i femininost povezane s različitim ishodima: maskulinitet je prediktivniji za varijable u instrumentalnom, odnosno zadatku usmjerenom području, dok je femininost povezana s



varijablama koje pripadaju interpersonalnom području. Pregled literature koji daje Hegelson (1994; prema Korabik, 2002) pokazuje da je maskulinitet najjače povezan s pokazateljima psihičkog zdravlja (visoko samopoštovanje, niske razine depresije i anksioznosti), dok je femininitet najjače povezan s faktorima koji utječu na zadovoljstvo međuljudskim odnosima (veća društvenost, dobivanje podrške od strane bračnog partnera i traženje socijalne podrške općenito).

Hermann i Betz (2004) navode da bi se moglo očekivati da će ljudi koji su viši na femininitetu odnosno ekspresivnosti biti više socijalno samopouzđani, no više je dokaza da je instrumentalnost ta koja je više povezana sa socijalnim samopouzdanjem. Skup samoprocjena samopouzdanja u različitim socijalnim situacijama Smith i Betz (2002) nazivaju opaženom *socijalnom samoeфикасношћу*. Connolly (1989; prema Bilgin i Akkapulu, 2007) piše da socijalna samoeфикасност uključuje vještine kao što su socijalna smjelost, sudjelovanje u socijalnoj grupi ili aktivnosti, prijateljsko ponašanje te dobivanje i pružanje pomoći.

Konstrukt samoeфикасности predstavio je Bandura 1977. godine i definirao ga kao «procjenu vlastitih *sposobnosti* organiziranja i izvršavanja akcija potrebnih za ostvarenje određenih vrsta aktivnosti» (Bandura, 1995; prema Hermann i Betz 2004). Nadalje, *opažena* samoeфикасност ne odnosi se na sposobnosti već na vjerovanje o vjerojatnosti uspjeha u različitim uvjetima (Bilgin i Akkapulu, 2007). Smith i Betz (2002) opaženu samoeфикасност definiraju kao *osobno vjerovanje* koliko ćemo uspješno izvesti neki zadatak ili ponašanje.

Originalna je ideja da je samoeфикасност visoko usmjerena na specifično određene aktivnosti, no Bandura (1977, prema Pössel, Baldus, Groen i Hautzinger, 2004). je utvrdio da očekivanja o samoeфикасности imaju jaku težnju za generalizacijom što znači da vjerovanje u uspješno izvođenje neke aktivnosti u određenom području utječe na to da imamo ista očekivanja u nekom drugom području. Bez obzira na težnju za generalizacijom, različiti autori su se bavili akademskom, socijalnom i emocionalnom samoeфикасностью.

Na temelju navedenog, opažena *socijalna* samoeфикаsnost može se definirati kao osobno vjerovanje koliko ćemo uspješno izvesti neki zadatak ili ponašanje povezano sa *socijalnim situacijama*.

Vjerovanja o samoeфикаsnosti razvijaju se iz četiri izvora od kojih najveći utjecaj imaju *direktno i vikarijsko iskustvo*. Ostala dva izvora su verbalno uvjeravanje te tjelesno i emocionalno stanje (Bandura 1995).

Nakon što ljudi izvrše neko ponašanje, oni interpretiraju ishode tog ponašanja te na temelju tog direktnog (vlastitog) iskustva procjenjuju samoeфикаsnost. Ishodi koji se procjenjuju kao uspješni, povećavaju vjerovanje o samoeфикаsnosti, dok ishodi koji se procjenjuju kao neuspješni smanjuju vjerovanje o samoeфикаsnosti. Za povećanje vjerovanja o vlastitoj sposobnosti važno je da se na putu do uspjeha prevladaju prepreke te da se uloži određena količina truda. Ako se doživljava samo lagan put do uspjeha, neuspjeh može obeshrabriti. Ljudi koji vjeruju u vlastite sposobnosti te očekuju uspješne ishode, prepreke doživljavaju kao izazove te ih se trude svladati. Oni koji sumnjaju u svoje sposobnosti te očekuju neuspješne ishode, prepreke doživljavaju nepremostivima i često odustaju od daljnjih aktivnosti.

Vikarijsko iskustvo znači oblikovanje vjerovanja o samoeфикаsnosti procjenjujući ishode ponašanja drugih ljudi. Taj izvor informacija manje je važan od direktnog iskustva, no značaj mu raste kada postoji nesigurnost u vlastite sposobnosti ili je direktno iskustvo ograničeno. Neuspjeh promatrane osobe imati će više negativnog utjecaja kada opažatelj procjenjuje svoje sposobnosti usporedive s promatranom osobom. U slučaju kada opažatelj procjenjuje svoje sposobnosti superiornijima od promatrane osobe, neuspjeh promatrane osobe nema negativan utjecaj.

Verbalno uvjeravanje je manje značajan izvor od direktnog i vikarijskog iskustva. Za verbalno uvjeravanje važno je tko je osoba koja uvjerava te što je ona važnija u životu osobe, imati će veći značaj. Obično je lakše oslabiti vjerovanja o samoeфикаsnosti kroz negativno uvjeravanje nego ojačati vjerovanja preko pozitivnih poticanja.

Tjelesne reakcije na stres, napetost, umor i bol mogu smanjiti vjerovanje o samoeфикаsnosti. Važnije je kako se ta stanja procjenjuju nego što se zaista događa u tijelu. Također, ugodna raspoloženja povećavaju vjerovanje o samoeфикаsnosti dok ih

neugodna smanjuju. Pojedinci koji imaju visoko vjerovanje o samoeфикаsnosti, tjelesnu pobuđenost vide podržavajućom u njihovim aktivnostima dok oni koji imaju nisko vjerovanje o samoeфикаsnosti pobuđenost vide kao otežavajuću okolnost.

Važnost vjerovanja o samoeфикаsnosti vidljiva je iz niza istraživanja koja pokazuju da vjerovanja o samoeфикаsnosti predviđaju nečiji stupanj motivacije, ustrajnost u ostvarenju želja i ciljeva, količinu uloženog truda u izvršenje nekog ponašanja, količinu upornosti u laganim i teškim situacijama te smjer atribuiranja uspjeha odnosno neuspjeha (Desivilya i Eizen, 2005).

#### *Pregled istraživanja o povezanosti instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoeфикаsnosti s depresivnim simptomima*

Istraživanja koja su se bavila povezanosti instrumentalnosti i depresivnih simptoma redovito pokazuju da je viša instrumentalnost povezana s manjim brojem depresivnih simptoma (npr. Whitley, 1984; Roos i Cohen, 1987; Russo, Green i Knight, 1993; Lengua i Stormshak, 2000; prema Hermann i Betz, 2004), te da toj vezi posreduju samopouzdanje, samoprocjena sposobnosti rješavanja problema te socijalna samoeфикаsnost (prema Hermann i Betz, 2004, 2006).

Rezultati povezanosti ekspresivnosti i depresivnih simptoma nisu toliko jednoznačni. Da je viša ekspresivnost povezana s manjim brojem depresivnih simptoma pokazali su Hunt (1993), Marcotte, Alain i Gosselin (1999; prema Hermann i Betz, 2004). Hunt (1993) navodi istraživanja o povezanosti ekspresivnosti i depresivnih simptoma kada se koristila kratka i duga verzija BSRI. Iz duge verzije izbačene su čestice za koje su procijenilo da nisu socijalno poželjne te je dobiveno da je viša ekspresivnost povezana s većim brojem depresivnih simptoma kod žena samo kada je korištena kratka verzija. Tinsley, Sullivan-Guest i McGuire (1984; prema Stake i Wise, 2002) zaključuju da ekspresivnost u odsustvu instrumentalnosti može dovesti do depresije.

Hermann i Betz (2004) pišu da je s varijablama koje se odnose na socijalnost i socijalno samopouzdanje više povezana instrumentalnost nego ekspresivnost. Iste autorice su u svom istraživanju pretpostavile da socijalna samoeфикаsnost ima zaštitnu ulogu za razvoj depresivnih simptoma te su dobile da ekspresivnost posreduje vezi socijalne samoeфикаsnosti i depresivnih simptoma. Da je niska samoeфикаsnost povezana s

većim brojem depresivnih simptoma pokazao je Bandura (1977; prema Pössel, Baldus, Groen i Hautzinger, 2004). Bandura i suradnici (1995; prema Hermann i Betz 2004) također izvješćuju da socijalna samoeфикаsnost zajedno s akademskom samoeфикасношću pridonosi izravno i posredno depresivnim simptomima preko prosocijalnog ponašanja, akademskog postignuća i problematičnog ponašanja. Smith i Betz (2002) djelomično su potvrdile Bandurine nalaze i pokazale da je kod studenata socijalna samoeфикаsnost povezana s depresivnim simptomima preko sramežljivosti.

## 2. CILJ I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA

Cilj ovog istraživanja je proučiti povezanost instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoeфикаsnosti s depresivnim simptomima.

S obzirom na spoznaje navedene u uvodu radnje, postavljena su dva problema istraživanja:

1. Ispitati povezanost instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoeфикаsnosti s depresivnim simptomima kod muškaraca i žena.
2. Ispitati razlike s obzirom na spol u jačini povezanosti instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoeфикаsnosti s depresivnim simptomima.

### *Hipoteze*

S obzirom na dosadašnje empirijske nalaze postavljene su sljedeće hipoteze:

1. Povezanost instrumentalnosti i depresivnih simptoma je negativna te posredovana socijalnom samoeфикаsnosti, a socijalna samoeфикаsnost je negativno povezana s depresivnim simptomima te toj vezi posreduje ekspresivnost kod oba spola.
2. Jačina povezanosti instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoeфикаsnosti s depresivnim simptomima je snažnija kod muškaraca.

### 3. METODOLOGIJA

#### *Postupak i sudionici istraživanja*

Istraživanje je provedeno u razdoblju od srpnja do rujna 2007. godine na uzorku od 200 sudionika u dobi od 30 do 40 godina. Sudionici su dijelom bili roditelji čija djeca polaze Dječji vrtić «Trnsko». Dio sudionika uključen je u istraživanje tzv. «metodom snježne grude» uz pomoć zaposlenica u vrtiću i roditelja čija djeca polaze vrtić te su oni dijelili upitnike svojim prijateljima i poznanicima. Sudionici su sami popunjavali upitnike, a pomagačima su dane upute koje su trebali objasniti sudionicima. Ispunjavanje upitnika trajalo je 15-ak minuta, a sudionici su redom rješavali: demografski upitnik, BSRI, PSSE i BDI. Svi podijeljeni upitnici su vraćeni, no otprilike 5% ih nije ušlo u obradu zbog dobi sudionika koja je prelazila okvir od 30 do 40 godina.

Zastupljenost muškaraca u istraživanju je 50% ( $n = 100$ ) te žena 50% ( $n = 100$ ). Prosječna dob sudionika iznosi 34.17 godina ( $SD = 3.14$ ). Prosječna dob muškaraca iznosi 34.59 ( $SD = 3.1$ ), a žena 33.76 ( $SD = 3.1$ ). Zastupljenost stručne spreme na cijelom uzorku iznosi za VSS 41% ( $n = 82$ ), za SSS 57.5% ( $n = 115$ ) te za NSS 1.5% ( $n = 3$ ). Zastupljenost stručne spreme za muškarce iznosi za VSS 35% ( $n = 35$ ), za SSS 65% ( $n = 65$ ) te nije bilo muškaraca sa NSS. Zastupljenost stručne spreme za žene iznosi za VSS 47% ( $n = 47$ ), za SSS 50% ( $n = 50$ ) te za NSS 3% ( $n = 3$ ).

*Dob i obrazovanje* posebno su važne varijable za rodne uloge. Percepcija rodnih uloga mijenja se kroz vrijeme te stariji sudionici imaju tradicionalnije poimanje rodnih uloga nego mlađi (Kulik 2002; prema Šojat 2007). Zbog toga je dob sudionika u ovom istraživanju ograničena na 30 do 40 godina. Istraživanja rodnih uloga i obrazovanja pokazuju da je više obrazovanje povezano sa manje tradicionalnim poimanjem rodnih uloga (Kulik, 2002; prema Togeby, 1995; Quarm, 1983; prema Šojat 2007) te su u obradi rezultata sve korelacije računate s parcijaliziranom stručnom spremom.

## Mjerni instrumenti

*Bemičin Inventar Rodne Uloge* (Bem's Sex Role Inventory – BSRI; Šojat, 1997) razvila je Sandra Bem 1974. godine te je on prvi i do danas najčešće korišten instrument razvijen unutar dualističke koncepcije maskulinnosti i femininnosti. U originalnoj verziji sastoji se od tri skale: skale maksulinnosti, skale femininnosti i skale socijalne poželjnosti. Svaka od skala sadrži 20 čestica tj. ukupno je ponuđeno 60 osobina. Za svaku osobinu potrebno je procijeniti u kolikoj se mjeri ona odnosi na sudionika/icu istraživanja. Procjene su u rasponu od 1 do 7 gdje 1 označava «nikada ili gotovo nikada», a 7 «uvijek ili gotovo uvijek». Ukupni rezultat za svaku skalu dobiva se zbrajanjem rezultata čestica unutar svake skale te se sudionici dijele u rodne kategorije na temelju medijana na skali maskulinnosti i medijana na skali femininnosti dobivenih na ukupnom uzorku. Sudionici mogu biti svrstani u jednu od četiri kategorije rodne uloge:

- maskulini (visoka maskulinnost, niska femininnost)
- feminini (niska makskulinnost, visoka femininnost)
- androgini (visoka maskulinnost, visoka femininnost)
- nediferencirani (niska maskulinnost, niska femininnost).

Rezultat na skali socijalne poželjnosti pokazuje tendenciju davanja socijalno prihvatljivih odgovora.

Za potrebe ovog istraživanja iz originalne verzije izdvojene su skala maskulinnosti i skala femininnosti. Hermann i Betz (2004) ističu da su tradicionalne karakteristike muškaraca i žena originalno znanih kao maskulinnost i femininnost općenito prepoznate kao dijagram osobina *instrumentalnosti* i *ekspresivnosti*. Instrumentalnost se odnosi na osobine kao što su samopouzdanje i asertivnost te je mjerena skalom maskulinnosti dok se ekspresivnost odnosi na brižne, osjećajne kvalitete i mjerena je skalom femininnosti. U većini istraživanja kategorija sudionika se određuje prema medijanu svake od skala, a u ovom istraživanju rezultat sudionika na svakoj pojedinoj skali se dobija zbrajanjem rezultata svake čestice unutar skale. To znači da zbrojeni rezultati svake čestice na skali maskulinnosti označuju rezultat koji se odnosi na

instrumentalnost, dok zbrojeni rezultati svih čestica na skali femininosti odnose se na ekspresivnost.

U istraživanju Hermann i Betz (2004) prateći rad Spence i Buckner (2000; prema Hermann i Betz, 2004) nisu korištene čestice «maskulin» i «feminin» te nisu korištene niti u ovom radu.

Iz gore navedenog proizlazi da je rezultat instrumentalnosti za svakog sudionika dobiven zbrajanjem 19 rezultata čestica koje originalno sadrži BSRI-skala maskulinosti, a rezultat ekspresivnosti za svakog sudionika dobiven je zbrajanjem 19 rezultata čestica koje originalno sadrži BSRI-skala femininosti. Kao što je originalno predloženo, i u ovom radu procjene su u rasponu od 1 do 7 gdje 1 označava «nikada ili gotovo nikada», a 7 «uvijek ili gotovo uvijek». Ukupni rezultat na svakoj od skala je u teoretskom rasponu od 19 do 133.

Bem (1974; Hermann i Betz, 2004) izvješćuje o Cronbach alpha ( $\alpha$ ) koeficijentu pouzdanosti za skalu maskulinosti od .86 te .80 za skalu femininosti. Test-retest pouzdanost iznosi  $r=.90$  za obje skale.

U ovom istraživanju Cronbach alpha ( $\alpha$ ) za skalu instrumentalnosti iznosi .85, a Cronbach alpha ( $\alpha$ ) za skalu ekspresivnosti .82.

*Skala opažene socijalne samo-efikasnosti* (The Scale of Perceived Social Self-Efficacy - PSSE; Smith i Betz, 2000) mjeri socijalnu samoefikasnost definiranu kao individualnu procjenu stupnja samoefikasnosti ili samopouzdanja u području socijalnog ponašanja. Skala se sastoji od 25 čestica. Odgovor za svaku pojedinu česticu je rangiran na pet-bodovnoj skali Likertovog tipa na kojoj 1 označuje «uopće nemam samopouzdanja», a 5 «potpuno samopouzdanje». Ukupni rezultat dobija se zbrajanjem rezultata svih čestica te dijeljenjem sa 25 što dovodi do teoretskog raspona rezultata od 1 do 5.

Za potrebe ovog istraživanja skala je prevedena s engleskog jezika.

Smith i Betz (2002) izvješćuju o Cronbach alpha ( $\alpha$ ) koeficijentu pouzdanosti od .94, a test-retest koeficijent na manjem uzorku u intervalu od 3 tjedna iznosi .82.

U ovom istraživanju dobiven je Cronbach alpha ( $\alpha$ ) od .93.



*Beckov Inventar Depresivnosti* (Beck's Depression Inventory – BDI; Beck, 1961) mjeri opće, emocionalne, kognitivne, motivacijske i tjelesne simptome depresije. Beck smatra da se BDI-em može procijeniti prisutnost depresivnih simptoma (Hermann i Betz, 2004). Inventar sadrži 21 česticu te se od sudionika traži da za svaku česticu izaberu jedan od ponuđenih odgovora koji se odnosi na vlastito osjećanje i ponašanje u zadnjih tjedan dana uključujući dan ispitivanja. (U nekim verzijama BDI-a odgovori sudionika se odnose na zadnja dva tjedna, npr. Hermann i Betz, 2004). Raspon rezultata svake čestice je od 0 (najslabije) do 3 (najjače). Ukupni rezultat dobiva se zbrajanjem rezultata svih čestica te se kreće u teorijskom rasponu od 0 do 63. Čestica broj 19 koja se odnosi na tjelesnu težinu uključuje dodatno pitanje o ciljanom smanjenju težine te je moguće odabrati odgovor «da» ili «ne» no ona ima veću vrijednost kod individualne kliničke procjene o postojanju depresivnih simptoma te nije uzeta u obzir prilikom obrade rezultata u ovom istraživanju..

Beck (1996; Hermann i Betz, 2004) je izvijestio o Cronbach alpha ( $\alpha$ ) koeficijentu pouzdanosti od .92 za pokretne bolesnike u psihijatrijskom uzorku i .93 za nepsihijatrijski uzorak.

Cronbach alpha ( $\alpha$ ) u ovom istraživanju iznosi .87.

#### 4. REZULTATI

Prvo sam ispitala normalitet distribucija svake pojedine skale posebno za svaki spol koristeći se Komologrov – Smirnovljevim neparametrijskim testom kako bih provjerila prihvatljivost korištenja parametrijskih testova u daljnjoj obradi.

Dobivene razlike nisu se pokazale statistički značajnima za instrumentalnost (muškarci: K-S  $z = 0.73$ ,  $p > .05$ ; žene: K-S  $z = 0.70$ ,  $p > .05$ ), ekspresivnost (muškarci: K-S  $z = 0.48$ ,  $p > .05$ ; žene: K-S  $z = 0.75$ ,  $p > .05$ ) i socijalnu samoefikasnost (muškarci: K-S  $z = 0.53$ ,  $p > .05$ ; žene: K-S  $z = 0.80$ ,  $p > .05$ ). Distribucija depresivnih simptoma statistički se značajno razlikuje od normalne (muškarci: K-S  $z = 1.90$ ,  $p < .01$ ; žene: K-S  $z = 1.75$ ,  $p < .01$ ) te je pozitivno asimetrična što je i očekivano s obzirom da je istraživanje provedeno na općoj populaciji. Bez obzira na taj rezultat smatram da je prihvatljivo koristiti parametrijske postupke vodeći se istraživanjem Hermann i Betz (2004).

Kako bih ispitala povezanost instrumentalnosti, ekspresivnosti, socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma i to zasebno za muškarce i žene, izračunate su parcijalne korelacije koje su prikazane u Tablici 1. Parcijalizirana varijabla je stručna sprema zbog rezultata dobivenih u istraživanjima koji ukazuju da je više obrazovanje povezano s manje tradicionalnim poimanjem rodni uloga (prema Šojat 2007).

*Tablica 1*

Korelacije instrumentalnosti, ekspresivnosti, socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma uz kontrolu stručne spreme za muškarce ( $N = 100$ ) i žene ( $N = 100$ )

	INS	EKS	PSSE	BDI
INS	-	.35**	.54**	-.28**
EKS	.27**	-	.31**	-.32**
PSSE	.65**	.38**	-	-.35**
BDI	-.46**	.18	-.28**	-

*Legenda:* INS – skala instrumentalnosti; EKS – skala ekspresivnosti; PSSE – skala socijalne samoefikasnosti; BDI – skala depresivnih simptoma,  $p < .01$

Napomena: vrijednosti korelacija za muškarce nalaze se iznad dijagonale, a vrijednosti korelacija za žene ispod dijagonale

Iz Tablice 1 vidljivo je da su korelacije instrumentalnosti i ekspresivnosti pozitivne te statistički značajne kod oba spola. Dobiveni rezultati ukazuju da je viša instrumentalnost povezana s višom ekspresivnosti kod muškarca ( $r = .35, p < .01$ ) i kod žena ( $r = .27, p < .01$ ). Također, vidljivo je da su korelacije instrumentalnosti i ekspresivnosti sa socijalnom samoeфикасношћu pozitivne te statistički značajne i za muškarce i žene. Takvi rezultati ukazuju da je viša instrumentalnost povezana s višom socijalnom samoeфикасношћu (muškarci:  $r = .54, p < .01$ ; žene:  $r = .65, p < .01$ ) te da je viša ekspresivnost povezana s višom socijalnom samoeфикасношћu (muškarci:  $r = .31, p < .01$ ; žene:  $r = .38, p < .01$ ) kod oba spola. Korelacije depresivnih simptoma s instrumentalnosti i socijalnom samoeфикасношћu su negativne te također statistički značajne za oba spola. Ti rezultati ukazuju da je manji broj depresivnih simptoma povezan s višom instrumentalnosti (muškarci:  $r = -.28, p < .01$ ; žene:  $r = -.46, p < .01$ ) i višom socijalnom samoeфикасношћu (muškarci:  $r = -.35, p < .01$ ; žene:  $r = -.28, p < .01$ ). Korelacija depresivnih simptoma i ekspresivnosti se pokazala statistički značajnom za muškarce ( $r = -.32, p < .01$ ) dok za žene nije, što znači da je manji broj depresivnih simptoma povezan s višom ekspresivnosti samo kod muškaraca. Iako su sve korelacije osim korelacije ekspresivnosti i depresivnih simptoma kod žena statistički značajne, vidljivo je i da se većina tih korelacija nalazi u rasponu od  $\pm 0.20$  do  $\pm 0.40$  što ukazuje na nisku povezanost. Korelacije instrumentalnosti i socijalne samoeфикасношћu kod oba spola te instrumentalnosti i depresivnih simptoma kod žena se nalaze u rasponu od  $\pm 0.40$  do  $\pm 0.70$  što ukazuje na umjerenu do visoku povezanost među tim varijablama.

Kako bih ispitala posreduje li socijalna samoeфикасношћu povezanosti instrumentalnosti i depresivnih simptoma izračunala sam parcijalne korelacije za oba spola. Parcijalizirane varijable su stručna sprema i socijalna samoeфикасношћu. Dobivene korelacije vidljive su u Tablici 2.

*Tablica 2*

Korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma uz parcijaliziranu stručnu spremu i socijalnu samoeфикаsnost za muškarce (N = 100) i žene (N = 100)

	INS	BDI
INS	-	-.12
BDI	-.38**	-

*Legenda:* INS – skala instrumentalnosti; BDI – skala depresivnih simptoma;  $p < .01$

Napomena: vrijednost korelacije za muškarce nalazi se iznad dijagonale, a vrijednost korelacije za žene ispod dijagonale.

Korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma uz parcijaliziranu socijalnu samoeфикаsnost su se smanjile kod oba spola. Za muškarce korelacija prestaje biti statistički značajna dok za žene iznosi  $r = -.38$ ,  $p < .01$ .

Za ispitivanje razlike između korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma i korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma s parcijaliziranom socijalnom samoeфикаsnosti testirala sam značajnost tih razlika t-testom i to kod oba spola. Dobiveni rezultati nalaze se u Tablici 3.

*Tablica 3*

Rezultati t-testa između korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma te instrumentalnosti i depresivnih simptoma s parcijaliziranom socijalnom samoeфикаsnosti za muškarce i žene

	r1	r2	t	p
M	-.28**	-.12	-1.16	> .05
Ž	-.46**	-.38**	-0.67	> .05

*Legenda:*  $r_1$  – korelacija instrumentalnosti i depresivnih simptoma,  $r_2$  – korelacija instrumentalnosti i depresivnih simptoma s parcijaliziranom socijalnom samoeфикасношћу,  $t$  – rezultat na t-testu

Dobila sam da se korelacija instrumentalnosti i depresivnih simptoma i korelacija instrumentalnosti i depresivnih simptoma sa parcijaliziranom socijalnom samoeфикасношћу statistički značajno ne razlikuju ni kod muškaraca ni kod žena.

Kako bih ispitala posreduje li ekspresivnost povezanosti socijalne samoeфикасношћу i depresivnih simptoma izračunata je parcijalna korelacija samo za muškarce. Parcijalizirane varijable su stručna sprema i ekspresivnost. Dobivena korelacija se smanjila ( $r = -.28$ ,  $p < .01$ ), no i dalje je statistički značajna.

Jedan od uvjeta za ispitivanje posreduje li neka varijabla povezanosti neke dvije varijable jest da moguća posredujuća varijabla značajno korelira s kriterijskom. Kako ekspresivnost nije značajno povezana s depresivnim simptomima kod žena, korelacija socijalne samoeфикасношћу i depresivnih simptoma s parcijaliziranom ekspresivnosti za žene nije izračunata.

Za ispitivanje razlike između korelacije socijalne samoeфикасношћу i depresivnih simptoma i korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma s parcijaliziranom ekspresivnosti testirala sam značajnost tih razlika t-testom i to kod muškaraca. Dobiveni rezultati nalaze se u Tablici 4.

*Tablica 4*

Rezultati t-testa između korelacije socijalne samoeфикасношћу i depresivnih simptoma i korelacije socijalne samoeфикасношћу i depresivnih simptoma sa parcijaliziranom ekspresivnosti za muškarce ( $N = 100$ )

$r_1$	$r_2$	$t$	$p$
-.35**	-.28**	-0.53	> .05

*Legenda:*  $r_1$  – korelacija između socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma,  $r_2$  – korelacija između socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma sa parcijaliziranom ekspresivnosti,  $t$  – rezultat na t-testu

Dobila sam da se korelacija socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma i korelacija socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma s parcijaliziranom ekspresivnosti kod muškaraca statistički značajno ne razlikuju.

Rezultati provjera značajnosti razlika u korelacijama između muškaraca i žena prikazani su u Tablici 5.

*Tablica 5*

Rezultati t-testa između korelacija muškaraca i žena

	$r$ (M)	$r$ (Ž)	$t$	$p$
INS - PSSE	.54**	.65**	-1.19	> .05
INS - BDI	-.28**	-.46**	1.45	> .05
EKS - PSSE	.31**	.38**	-0.55	> .05
EKS - BDI	-.32**	.18	-3.57**	< .01
PSSE - BDI	-.35**	-.28**	-0.53	> .05
INS – BDI !	-.12	-.38**	1.94	> .05

*Legenda:* INS – skala instrumentalnosti; EKS – skala ekspresivnosti; PSSE – skala socijalne samoefikasnosti; BDI – skala depresivnih simptoma, ! – kontrolirana socijalna samoefikasnost,  $t$  – rezultat na t – test

Testiranjem razlika između korelacija muškaraca i žena dobila sam da se muškarci i žene statistički značajno razlikuju u povezanosti ekspresivnosti i depresivnih simptoma ( $t = -3.57$ ,  $p < .01$ ) što sam i očekivala s obzirom da je povezanost ekspresivnosti i depresivnih simptoma kod muškaraca statistički značajna dok kod žena nije. Iako je povezanost instrumentalnosti i depresivnih simptoma s parcijaliziranom socijalnom samoefikasnosti statistički značajna kod žena, a kod muškaraca nije, razlika se u ovom slučaju nije pokazala kao ni među preostalim korelacijama.

## 5. RASPRAVA

U ovom istraživanju željela sam ispitati povezanost instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoeфикаsnosti s depresivnim simptomima kod oba spola, što je ujedno i prvi problem istraživanja.

Dosadašnja istraživanja koja su se bavila povezanošću instrumentalnosti i ekspresivnosti s različitim mjerama psihološkog zdravlja daju većinom jednoznačne rezultate o povezanosti instrumentalnosti i psihološkog zdravlja, uključujući depresivne simptome, dok rezultati o povezanosti ekspresivnosti i psihološkog zdravlja nisu toliko jednoznačni.

Brojna istraživanja dosljedno pokazuju da je instrumentalnost značajno negativno povezana s depresivnim simptomima (npr. Bem, 1974; Whitley, 1984; Roos i Cohen, 1987; Russo, Green i Knight, 1993; Lengua i Stormshak, 2000; prema Hermann i Betz, 2004) te su rezultati u mom istraživanju u skladu s očekivanima. Dobila sam da je povezanost instrumentalnosti i depresivnih simptoma za muškarce  $r = -.28$ ,  $p < .01$ , a za žene  $r = -.46$ ,  $p < .01$  što znači da je viša instrumentalnost povezana s manjim brojem depresivnih simptoma kod oba spola. Objašnjenje takvih rezultata navode Cook, (1987; prema Stake 1997) i Hunt (1993; prema Stake, 1997) koji kažu da se skala instrumentalnosti preklapa sa skalama koje mjere psihološko zdravlje. Hermann i Betz (2006) ističu dosljednu povezanost instrumentalnosti i psihološkog zdravlja općenito i posebice s odsustvom depresivnih simptoma.

Hunt (1993) i Marcotte, Alain i Gosselin (1999; prema Hermann i Betz, 2004) izvješćuju da su i instrumentalnost i ekspresivnost povezane s manjim brojem depresivnih simptoma. Neki istraživači su ispitivali vezu instrumentalnosti i ekspresivnosti s općenitim konceptom psihološke dobrobiti operacionalizirane na mnogo načina, pa je tako Hunt (1993) koristeći kraću verziju BSRI koja je sadržavala samo socijalno poželjne čestice instrumentalnosti i ekspresivnosti dobio da su obje dimenzije povezane s mjerama cjelokupnih pozitivnih osjećaja, zadovoljstva životom i manjim brojem depresivnih simptoma. Stake i Wise (2002) navode istraživanja u kojima je dobiveno da i instrumentalne i ekspresivne karakteristike doprinose psihološkom zdravlju, da kombinacija instrumentalnosti i ekspresivnosti doprinosi psihološkom

zdravlju te da nepostojanje jedne od dimenzija rezultira psihološkim poteškoćama. Isti autori također navode da je većina istraživača jedino dobila da instrumentalnost doprinosi psihološkom zdravlju i da ekspresivnost u odsustvu instrumentalnosti može dovesti do depresije.

Iako je logično za pretpostaviti da psihološko zdravlje znači i manji broj depresivnih simptoma, Hunt (1993) naglašava da ono uključuje različite komponente: odsustvo negativnih emocija ili patologije, ravnotežu negativnih i pozitivnih emocija, zadovoljstvo životom i jačinu emocija. Isti autor navodi da bi te različite komponente mogle biti razlog različitih rezultata povezanosti ekspresivnosti i psihološkog zdravlja.

U svom istraživanju sam na temelju modela androgenosti koji kaže da i instrumentalne i ekspresivne osobine pridonose psihološkom zdravlju, očekivala da ću dobiti da je ekspresivnost kao i instrumentalnost negativno povezana s depresivnim simptomima. To očekivanje se potvrdilo za muškarce ( $r = -.28$ ,  $p < .01$ ) dok za žene nije. Dakle, u mom je istraživanju viša ekspresivnost povezana s manjim brojem depresivnih simptoma samo kod muškaraca. Hermann i Betz (2004) su također dobile negativnu povezanost ekspresivnosti i depresivnih simptoma samo kod muškaraca. Iako je ta povezanost mala, autorice navode da ekspresivne karakteristike imaju neke pozitivne utjecaje na mentalno zdravlje muškaraca. Sharpe (1995; prema Hermann i Betz, 2004) piše da i instrumentalnost i ekspresivnost pridonose psihološkoj dobrobiti kod odraslih muškaraca.

Jedan od razloga zbog čega u ovom istraživanju kod žena nije dobivena povezanost ekspresivnosti i depresivnih simptoma te je kod muškaraca mala, mogao bi biti što sam iz originalne skale ekspresivnosti izbacila samo česticu «feminin/a». Hunt (1993) navodi istraživanja koja su koristila originalnu i kraću verziju skale instrumentalnosti i ekspresivnosti koja sadrži samo socijalno poželjne čestice. Čestice koje su izbačene da bi se dobila kratka verzija su npr. popustljiv/a, sramežljiv/a, podložan/na laskanju. Lubinski (1981; prema Hunt 1993) je koristio kraću verziju i dobio je da je ekspresivnost pozitivno povezana s pozitivnim afektima, a Payne i Fetterman (1993; prema Hunt 1993) nisu dobili povezanost ekspresivnosti s depresivnim simptomima i anksioznosti kada su koristili originalnu verziju, no pokazali su značajnu negativnu povezanost među tim varijablama kada su koristili kratku verziju. Takvi



rezultati ukazuju da socijalno poželjne karakteristike ekspresivnosti mogu pridonijeti odsustvu depresivnih simptoma.

Pregled literature koji daje Hegelson (1994; prema Korabik, 2002) pokazuje da je maskulinitet najjače povezana s pokazateljima psihološkog zdravlja (visoko samopoštovanje, niske razine depresije i anksioznosti), dok je femininitet najjače povezana s faktorima koji utječu na zadovoljstvo međuljudskim odnosima (veća društvenost, dobivanje podrške od strane bračnog partnera i traženje socijalne podrške općenito). Stake (1997) je provjerio model androginiteta i dobio da androgini sudionici izvješćuju o višim stupnjevima psihološke dobrobiti nego instrumentalni u situacijama koji zahtijevaju i instrumentalne i ekspresivne karakteristike i time potvrdio važnost ekspresivnosti. Nadalje, u tim situacijama dvostrukog očekivanja, oni koji su viši na ekspresivnosti su izvijestili o dobrobiti jednako kao i androgini te o višoj nego instrumentalni. Autor smatra da je ekspresivnost često podcijenjena jer možda ima veći značaj u socijalnom kontekstu.

Iako bi se prema navedenim istraživanjima moglo očekivati da će ljudi koji su viši na femininitetu odnosno ekspresivnosti biti i više socijalno samopouzđani, dokazi su jači za instrumentalnost. Ekspresivnost jest povezana sa socijalnim samopouzdanjem no nalazi su manje dosljedni i veza je slabija nego što ju ima instrumentalnost. Hermann i Betz (2004, 2006) navode da je instrumentalnost više povezana sa varijablama koje se odnose na socijalabilnost i socijalno samopouzdanje nego ekspresivnost te su dobile jaku povezanost između instrumentalnosti i socijalne samoeфикаsnosti.

U ovom istraživanju sam očekivala da će i instrumentalnost i ekspresivnost biti pozitivno povezane sa socijalnom samoeфикаsnosti kod oba spola. To očekivanje je i potvrđeno te sam dobila povezanost instrumentalnosti i socijalne samoeфикаsnosti za muškarce  $r = .54$ ,  $p < .01$ , a za žene  $r = .65$ ,  $p < .01$ . Povezanost ekspresivnosti i socijalne samoeфикаsnosti za muškarce je dobivena  $r = .31$ ,  $p < .01$ , te za žene  $r = .38$ ,  $p < .01$ . To znači da su i viša instrumentalnost i viša ekspresivnost povezane sa višom socijalnom samoeфикаsnosti kod oba spola.

U upitniku koji sam koristila za ispitivanje socijalne samoeфикаsnosti, uputa je da za svaku česticu sudionik procijeni stupanj samopouzdanja da izvrši navedenu aktivnost. Withley (1988; prema Stake, 1997) smatra da je skalu instrumentalnosti teško

odvojiti od skale samopouzdanja te bi to mogao biti razlog dosljedno višoj povezanosti instrumentalnosti sa socijalnom samoefikasnosti nego što je socijalna samoefikasnost ima s ekspresivnosti.

Robins (1986; prema Hermann i Betz, 2004) je našao da je instrumentalnost povezana sa socijalnom samoefikasnosti u socijalnim situacijama koje uključuju oba spola, ali da sama ekspresivnost nije. Također je dobio da androgini sudionici izvještavaju o višoj samoefikasnosti što upućuje da ekspresivne karakteristike mogu igrati značajnu ulogu u situacijama u kojima sudjeluju osobe oba spola. U upitniku koji sam koristila kako bih ispitala socijalnu samoefikasnost nije određeno da li se socijalne situacije odnose na odnose s istim spolom, različitim spolom ili oba spola. Moguće je da bi se dobile razlike u povezanosti ekspresivnosti i socijalne samoefikasnosti kada bi se to uzelo u obzir.

Da instrumentalnost doprinosi samoefikasnosti u socijalnim i nesocijalnim zadacima pokazali su Christic i Sergin (1998; prema Hermann i Betz, 2004) bez razlike između istospolnih i raznospolnih situacija.

Također, moguće je da instrumentalne i ekspresivne osobine doprinose socijalnoj samoefikasnosti u različitim fazama međuljudskih odnosa te da različito doprinose u odnosu s poznatim i nepoznatim ljudima, no da bi se to ispitalo potrebna su dodatna istraživanja.

Socijalna samoefikasnost također može imati značajnu ulogu za psihološko zdravlje te izgleda da je zaštitni faktor za razvoj depresivnih simptoma (Hermann i Betz, 2004). Smith i Betz (2002) su pronašle značajnu negativnu povezanost socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma kod studenata te sam u skladu sa tim rezultatima očekivala da ću u svom istraživanju također dobiti negativnu povezanost tih varijabli. Očekivanje se potvrdilo te sam u svom istraživanju dobila povezanost socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma za muškarce  $r = -.35$ ,  $p < .01$ , a za žene  $r = -.28$ ,  $p < .01$ . To znači da je viša socijalna samoefikasnost povezana s manjim brojem depresivnih simptoma.

Socijalna samoefikasnost uključuje vještine kao što su socijalna smjelost, sudjelovanje u socijalnoj grupi ili aktivnosti, prijateljsko ponašanje i pružanje pomoći (Connolly, 1989; prema Bilgin i Akkapulu, 2007). Bennet i Bates (1995) te Barrera i

Garison-Jones (1992; prema Pössel, Baldus, Horn, Groen i Hautzinger, 2004) navode da je socijalna podrška zaštitni faktor za razvoj depresivnih simptoma uzrokovanih «dnevnom gnjavažom i negativnim događajima u životu». Dill i Anderson (1999; prema Hermann i Betz, 2006) pišu da su nedostatak socijalnih vještina i / ili socijalna anksioznost prepoznate kao važne za pojavljivanje depresivnih simptoma te da depresivni ljudi izvješćuju o manjem broju socijalnih kontakata i manjoj socijalnoj podršci. Dakle, ljudi koji procjenjuju svoju socijalnu samoeфикаsnost višom, vjerojatnije više i lakše traže podršku od drugih ljudi kada im je teško. Traženje podrške uz uvjet da ju i dobiju dovodi do toga da im se uz podršku drugih lakše nositi s teškoćama i time razviju manji broj depresivnih simptoma. Nadalje, Bandura (1986, 1993; prema Bilgin i Akkapulu, 2007) tvrdi da percepcija samoeфикаsnosti utječe na vještine rješavanja problema i da ljudi s visokom socijalnom samoeфикаsnosti koriste djelotvornije načine za rješavanje problema jer vjeruju u svoje sposobnosti da se mogu nositi sa teškim situacijama.

Nezu i Nezu (1987) i Marcotte, Alain i Gosselin (1999; prema Hermann i Betz, 2006) su dobili da samoprocjena sposobnosti rješavanja problema posreduje vezi instrumentalnosti i depresivnih simptoma, a Hermann i Betz (2006) da toj vezi posreduje socijalna samoeфикаsnost.

Koncept «instrumentalnosti» često je korišten da bi se operacionalizirala «djelotvornost» te je čak istoznačan s konceptom «djelotvornosti» u Bakanovoj (1966) dvojnoj teoriji ličnosti (Hermann i Betz, 2006). Također, Bandura (1995) piše da osjećaj osobne djelotvornosti djeluje kao zaštita od depresivnih simptoma i ostalih psiholoških smetnji, a skala instrumentalnosti uključuje karakteristike koje su važne za osjećaj djelotvornosti tj. za sposobnost nošenja s različitim situacijama. Nadalje, Withley (1988; prema Stake, 1997) smatra da je skalu instrumentalnosti teško odvojiti od skale samopouzdanja, a u ovom istraživanju skala kojom sam mjerila socijalnu samoeфикаsnost uputa je da sudionici procijene koliko samopouzdanja imaju da uspješno izvrše navedene aktivnosti.

U skladu s rezultatima Hermann i Betz (2006) i navedenim istraživanjima formirala sam prvi dio prve hipoteze koja glasi da odnosu instrumentalnosti i depresivnih simptoma posreduje socijalna samoeфикаsnost. Kako bih to provjerila, izračunala sam parcijalne korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma uz parcijalizaciju socijalne

samoefikasnosti za muškarce i žene (Tablica 2) . Obje korelacije su se smanjile te je korelacija za muškarce prestala biti statistički značajna dok za žene iznosi  $r = .38$ ,  $p < .01$ . Nadalje, usporedbom korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma bez parcijalizacije socijalne samoefikasnosti i korelacije instrumentalnosti i depresivnih simptoma s parcijaliziranom socijalnom samoefikasnosti željela sam provjeriti da li je dobivena razlika statistički značajna (Tablica 3). Razlike između korelacija instrumentalnosti i depresivnih simptoma bez i sa parcijaliziranom socijalnom samoefikasnosti nisu se pokazale statistički značajnima ni kod muškaraca ni kod žena što znači da razlika među tim korelacijama ne postoji. Na ovom uzorku takvi rezultati opovrgavaju hipotezu da je povezanost instrumentalnosti i depresivnih simptoma posredovana socijalnom samoefikasnosti. Dakle, iako se parcijaliziranjem socijalne samoefikasnosti korelacija instrumentalnosti i depresivnih simptoma smanjila kod oba spola, te kod muškaraca prestala biti statistički značajna, razlika među korelacijama zapravo ne postoji i ne može se zaključiti da vezi instrumentalnosti i depresivnih simptoma posreduje socijalna samoefikasnost.

Drugi dio prve hipoteze glasi da postoji povezanost socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma te da toj vezi posreduje ekspresivnost. Povezanost socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma je dobivena za muškarce  $r = -.35$ ,  $p < .01$ , a za žene  $r = -.28$ ,  $p < .01$ , što znači da je viša socijalna samoefikasnost povezana s manjim brojem depresivnih simptoma kod oba spola. Ta veza je već objašnjena u gornjem tekstu te je potvrđen dio hipoteze koja glasi da postoji povezanost socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma kod oba spola.

Hermann i Betz (2004; prema Hermann i Betz, 2006) dobivaju da je veza socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma posredovana ekspresivnosti. Nadalje, Bandura (1995) predlaže da socijalna samoefikasnost može voditi do prosocijalnog ponašanja, volje za pomaganjem, ljubaznosti, suradnje i dijeljenja što su sve karakteristike vezane za ekspresivnost (Spence i Buckner, 2000; prema Hermann i Betz, 2006). Na temelju tih podataka, očekivala sam da ekspresivnost posreduje vezi socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma.

Kako bih to provjerila, izračunala sam parcijalnu korelaciju socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma parcijalizirajući ekspresivnost. Dobivena

korelacija za muškarce se smanjila te iznosi  $r = -.28$ ,  $p < .01$ . Za žene ta korelacija nije izračunata jer nije dobivena statistički značajna povezanost ekspresivnosti i depresivnih simptoma, što je jedan od uvjeta kako bi postojala mogućnost da je socijalna samoefikasnost povezana s depresivnim simptomima preko ekspresivnosti. Nadalje, provjerila sam razlikuju li se korelacije socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma bez i sa parcijaliziranjem ekspresivnosti kod muškaraca (Tablica 4) iz koje je vidljivo da ne postoji statistički značajna razlika između tih korelacija te se ne može zaključiti da povezanosti socijalne samoefikasnosti i depresivnih simptoma posreduje ekspresivnost.

Drugi problem istraživanja je ispitati razlikuju li se sudionici s obzirom na spol u jačini povezanosti instrumentalnosti, ekspresivnosti i socijalne samoefikasnosti s depresivnim simptomima te je postavljena hipoteza da će povezanost tih varijabli biti snažnija za muškarce. U Tablici 5 nalaze se rezultati t-testa između korelacija muškaraca i žena te je vidljivo da jedina statistički značajna razlika postoji u povezanosti ekspresivnosti i depresivnih simptoma ( $t = -3.57$ ,  $p < .01$ ). Takav rezultat sam i očekivala s obzirom da je korelacija ekspresivnosti i depresivnih simptoma kod muškaraca statistički značajna dok za žene nije. Ti rezultati upućuju da ekspresivnost ima važnost u pojavljivanju depresivnih simptoma samo kod muškaraca što je u skladu s rezultatima koje su dobile Hermann i Betz (2004). Autorice navode da ekspresivne karakteristike imaju neke pozitivne utjecaje na mentalno zdravlje muškaraca te navode i istraživanje Sharpe (1995) koji je našao da i instrumentalnost i ekspresivnost pridonose psihološkoj dobrobiti kod odraslih muškaraca.

U literaturi ne postoji objašnjenje tih razlika između muškaraca i žena te su potrebna dodatna istraživanja kako bi se te razlike objasnile. Moja je ideja da muškarci koji posjeduju ekspresivne karakteristike koje su stereotipno vezane za žene, imaju kvalitetnije socijalne odnose koji su zaštitni faktor za razvoj depresivnih simptoma. Kod žena je moguće da neki drugi faktori imaju više utjecaja na razvoj depresivnih simptoma. Jedan od razloga zbog kojih je moguće da sam dobila ovakve rezultate vidim u korištenju duže, a ne kraće verzije skala maskuliniteta i femininiteta. Lubinski (1981; prema Hunt, 1993) je koristio kraću verziju i dobio je da je ekspresivnost pozitivno povezana s pozitivnim afektima, a Payne i Fetterman (1993; prema Hunt, 1993) nisu dobili povezanost ekspresivnosti s depresivnim simptomima i anksioznosti kada su koristili

originalnu verziju, no pokazali su značajnu negativnu povezanost među tim varijablama kada su koristili kratku verziju. Prema tim rezultatima, moguće je da samo socijalno poželjne osobine ekspresivnosti doprinose manjem broju depresivnih simptoma kod žena no potrebne su dodatne provjere.

Razlike između muškaraca i žena u povezanosti među ostalim varijablama nisu se pokazale statistički značajnima. Posebno želim istaknuti da razlika u korelaciji instrumentalnosti i depresivnih simptoma s parcijaliziranom socijalnom samoeфикаsnosti kod žena pokazuje statističku značajnost dok kod muškaraca nije statistički značajna, no testiranjem razlika dobila sam da razlika među tim korelacijama između muškaraca i žena zapravo ne postoji iako je vrlo blizu značajnosti od 5%. Moguće je da bi se na nekom drugom uzorku iz opće populacije ili povećanjem broja sudionika istraživanja ta razlika pokazala statistički značajnom.

Važnost ovog istraživanja je što daje naznake kako instrumentalne i ekspresivne osobine mogu biti zaštitni faktori za razvoj depresivnih simptoma te kako bi se intervencijama u području socijalne samoeфикаsnoti na temelju Bandurina četiri izvora informacija depresivni simptomi mogli ublažiti i /ili spriječiti. Intervencije bi također možda mogle povećati osjećaj osobne djelotvornosti te lako mogu biti uključene u npr. trening socijalnih vještina.

## 6. ZAKLJUČAK

1. Istraživanjem sam ustanovila da je kod muškaraca povezanost instrumentalnosti i depresivnih simptoma negativna te statistički značajna ( $r = -.28, p < .01$ ) te da je povezanost ekspresivnosti i depresivnih simptoma također negativna i statistički značajna ( $r = -.32, p < .01$ ). Povezanost instrumentalnosti i depresivnih simptoma kod žena je negativna i statistički značajna ( $r = -.46, p < .01$ ) dok povezanost ekspresivnosti i depresivnih simptoma nisam dobila.

Parcijaliziranjem socijalne samoeфикаsnosti, povezanost instrumentalnosti i depresivnih simptoma kod muškaraca prestaje biti statistički značajna dok se kod žena smanjila, no i dalje je statistički značajna ( $r = .38, p < .01$ ). Parcijaliziranjem ekspresivnosti, povezanost socijalne samoeфикаsnosti i depresivnih simptoma kod muškaraca se smanjila, no i dalje je statistički značajna ( $r = -.28, p < .01$ ).

Također sam ustanovila da socijalna samoeфикаsnost ne posreduje vezi instrumentalnosti i depresivnih simptoma te da ekspresivnost ne posreduje vezi socijalne samoeфикаsnosti i depresivnih simptoma no da je socijalna samoeфикаsnost statistički značajno negativno povezana s depresivnim simptomima kod muškaraca ( $r = -.35, p < .01$ ) i žena ( $r = -.28, p < .01$ ).

2. Ustanovila sam da se muškarci i žene statistički značajno razlikuju u povezanosti ekspresivnosti i depresivnih simptoma u korist muškaraca ( $t = -3.57, p < .01$ ) dok se u povezanosti između ostalih varijabli statistički značajno ne razlikuju.

## 7. LITERATURA

Bandura, A. (1995). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company

Beck A.T., Ward C. i Mendelson M. (1961). *Beck Depression Inventory (BDI)*. Arch Gen Psychiatry 4: 561-571.

Bem, S. L. (1975). *Sex role adaptability: one consequence of psychological androgyny*. Journal of Personality and social Psychology, 31 (4), 634-643

Bilgin, M. i Akkapulu, E. (2007). *Some variables predicting social self-efficacy expectation*. Social behavior and personality, 35 (6), 777-788

Brnić, P. (2002). *Odnos maskulnosti, femininosti te nekih sociodemografskih varijabli sa lokusom kontrole*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Davison, G. C. i Neale, J. M. (1999). *Psihologija abnormalnog doživljavanja i ponašanja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Desivilya, H. S. i Eizen, D. (2005). Conflict management in work teams: the role of social self-efficacy and group identification. The International Journal of Conflict management, 16 (2), 183-208

Hautzinger, M. (1998). *Depresija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Hermann, K. S. i Betz, N. E. (2006). *Path models of the relationship of instrumentality and expressiveness, social self-efficacy, and self-esteem to depressive symptoms in college students*. Journal of Social and Clinical Psychology, 25 (10), 1086-1106.



Hermann, K. S. i Betz, N. E. (2004). *Path models of the relationships of instrumentality and expressiveness to social self-efficacy, shyness, and depressive symptoms*. Sex roles, 51 (1/2), 55-66.

Hunt, M. G. (1993). *Expressiveness does predict well-being*. Sex Roles, 29 (3/4).

Jugović, I. (2004). *Zadovoljstvo rodnim ulogama*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Korabik, K. (2000). *Testing a model of socially desirable and underisable gender-role attributes*. Sex Roles, 43 (9-10), 665-685

Lipovec, T. (2006). *Spol djece i rodne uloge roditelja*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Marušić, I. (1994). *Povezanost spolnih uloga i kibernetiskog modela ličnosti*. Magistarski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Marušić, I. i Bratko, D. (1998). *Relationship of masculinity and femininity with personality dimensions of the five-factor model*. Sex Roles, 38, 29-44

Miller, P. J. E., Caughlin, J. P. i Huston, T. L. (2003). *Trait expressiveness and marital satisfaction: The role of idealization process*. Journal of Marriage and Family 65, 978-995.

Pössel, P., Baldus, C., Horn, A. B., Groen, G. i Hautzinger (2005). *Influence of general self-efficacy on the effects of a school-based universal primary prevention program of depressive symptoms in adolescents: a randomized and controlled follow-up study*. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 46 (9), 982-994

Smith, H. M. i Betz, N. E. (2000). Development and validation of a Scale of Perceived Self – Efficacy. *Journal of Career Assessment*, 8 (3), 283-301

Smith, H.M. i Betz, N.E. (2002). *An examinatioin of efficacy and esteem pathways to depression in young addulthood*. The Ohio State University

Spence, J. T., Helmreich, R. i Stapp, J. (1975). *Rating of self and Peers on sex role attributes and their relation to self-esteem and Conceptions of masculinity and femininity*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32 (1), 29-39

Stake, J. E. (1997). *Integrating expressiveness and instrumentality in real life settings: A new perspective on the benefits of androgyny*. *Sex Roles*, 37 (7/8).

Stake, J. E. i Wise, D. (2002). *The moderating roles of personal and social resources on the relationship between dual expectations (for instrumentality and expressiveness) and well-being*. *The Journal of Social Psychology*, 142 (1), 109-119

Šojat, A. (2007). *Traženje uzbuđenja i rodna uloga*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Taylor, M. C. I Hall, J. A. (1982). *Psychological androgyny: theories, methods and conclusions*. *Psychological Bulletin*, 92 (2), 347-366

Vulić-Prtorić, A. (2004). *Depresivnost u djece i adolescenata*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

## **8. PRILOZI**

1. Demografski upitnik
2. Bemičin inventar spolne uloge – skala maskulinnosti i femininnosti
3. Skala opažene socijalne samoefikasnosti
4. Beckov inventar depresivnosti
5. Skala opažene socijalne samoefikasnosti – engleska verzija

DATUM: \_\_\_\_\_

SPOL (zaokružite):    M        Ž

DOB: \_\_\_\_\_

STRUČNA SPREMA: \_\_\_\_\_

### **BSRI - M**

Uputa: Pred Vama se nalazi popis od 38 osobina. Molim Vas da na skali od 7 stupnjeva procijenite u koliko Vas mjeri svaka od tih osobina opisuje.

Na primjer:

_____						
1	2	3	4	5	6	7
nikada ili				uvijek ili		
gotovo nikada				gotovo uvijek		

društven/a \_\_\_\_\_

Na skali od 7 stupnjeva, gdje 1 znači «nikada ili gotovo nikada», a 7 «uvijek ili gotovo uvijek», procijenite u koliko ste mjeri društveni. Ukoliko nikada ili gotovo nikada niste društveni, uz navedenu osobinu napisati ćete broj 1. Ukoliko ste uvijek ili gotovo uvijek društveni, upisat ćete broj 7. Za sve ostale procjene Vaše društvenosti koje se nalaze između ovih dviju vrijednosti odaberite odgovarajući broj na skali.

1. samopouzdan \_\_\_\_\_

2. popustljiv \_\_\_\_\_

3. branim svoja uvjerenja \_\_\_\_\_

4. veseo \_\_\_\_\_

5. nezavisan \_\_\_\_\_

6. sramežljiv \_\_\_\_\_

7. sportski tip \_\_\_\_\_

8. srdačan \_\_\_\_\_

9. uporan \_\_\_\_\_

10. podložan laskanju \_\_\_\_\_

11. jaka ličnost \_\_\_\_\_

12. odan \_\_\_\_\_

13. snažan \_\_\_\_\_

14. analitičan \_\_\_\_\_

15. suosjećajan \_\_\_\_\_

16. imam sposobnosti vođe \_\_\_\_\_

17. osjetljiv na potrebe drugih \_\_\_\_\_

18. spreman riskirati \_\_\_\_\_

19. imam razumijevanja \_\_\_\_\_

20. lako donosim odluke \_\_\_\_\_

21. samilosan \_\_\_\_\_

22. samodostatan \_\_\_\_\_

1 2 3 4 5 6 7  
nikada ili uvijek ili  
gotovo nikada gotovo uvijek

23. želim ublažiti povrijeđene osjećaje \_\_\_\_

24. dominantan \_\_\_\_

25. ljubazan \_\_\_\_

26. topao \_\_\_\_

27. spreman zauzeti stav \_\_\_\_

28. nježan \_\_\_\_

29. agresivan \_\_\_\_

30. lakovjeran \_\_\_\_

31. ponašam se kao vođa \_\_\_\_

32. djetinjast \_\_\_\_

33. individualist \_\_\_\_

34. ne rabim grube riječi \_\_\_\_

35. natjecateljskog duha \_\_\_\_

36. volim djecu \_\_\_\_

37. ambiciozan \_\_\_\_

38. blag \_\_\_\_

## PSSE

Uputa: Molim Vas da svaku tvrdnju pažljivo pročitate i da procijenite koliko imate samopouzdanja za uspješnu provedbu svake od aktivnosti. Pored svake tvrdnje potrebno je zaokružiti brojku koja Vas najbolje opisuje. Značenja brojaka su sljedeća:

- (1) – uopće nemam samopouzdanja
- (2) – malo samopouzdanja
- (3) – umjereno samopouzdanja
- (4) – mnogo samopouzdanja
- (5) – potpuno samopouzdanje

Koliko imate samopouzdanja da možete:

1. Započeti razgovor s nekim koga ne poznajete baš dobro.	1	2	3	4	5
2. Izraziti svoje mišljenje skupini ljudi koji razgovaraju o nečemu što Vas zanima.	1	2	3	4	5
3. Raditi na projektu koji je povezan sa školom, poslom, zajednicom ili nečim drugim i to s ljudima koje ne poznajete baš najbolje.	1	2	3	4	5
4. Pomoći nekome koga ste nedavno upoznali da se ugodno osjeća u društvu Vaših prijatelja.	1	2	3	4	5
5. Podijeliti sa skupinom ljudi neko Vaše zanimljivo prošlo iskustvo.	1	2	3	4	5
6. Dovedi se u novu i drugačiju socijalnu situaciju.	1	2	3	4	5
7. Ponuditi pomoć u organizaciji nekog događaja.	1	2	3	4	5
8. Pitati ljude koji planiraju neku društvenu aktivnost (npr. odlazak u kino) možete li im se pridružiti.	1	2	3	4	5
9. Prihvatiti poziv na zabavu koju organizira neka poznata ili popularna osoba.	1	2	3	4	5
10. Ponuditi pomoć u vođenju neke grupe ili organizacije.	1	2	3	4	5
11. Tijekom razgovora ustrajati na svom stajalištu.	1	2	3	4	5
12. Uključiti se u grupne aktivnosti.	1	2	3	4	5
13. Pronaći nekoga s kim ćete provesti subotnje/nedjeljno poslijepodne.	1	2	3	4	5
14. Izraziti svoje osjećaje drugoj osobi.	1	2	3	4	5
15. Pronaći nekoga s kim ćete otići na ručak.	1	2	3	4	5
16. Pozvati nekoga na «spoj».	1	2	3	4	5
17. Otići na zabavu ili druženje gdje vjerojatno nikoga nećete poznavati.	1	2	3	4	5
18. Tražiti nečiju pomoć kad Vam je potrebna.	1	2	3	4	5
19. Sprijateljiti se s nekim od svojih vršnjaka.	1	2	3	4	5

- (1) – uopće nemam samopouzdanja
- (2) – malo samopouzdanja
- (3) – umjereno samopouzdanja
- (4) – mnogo samopouzdanja
- (5) – potpuno samopouzdanje

20. Pridružiti se stolu za kojim ljudi već sjede, ručaju i razgovaraju.	1	2	3	4	5
21. Sprijateljiti se s nekim iz grupe u kojoj se svi već međusobno poznaju.	1	2	3	4	5
22. Pozvati van nekoga tko je bio zauzet prvi put kad ste ga/nju pozvali.	1	2	3	4	5
23. Pronaći pratnju za ples na koji idu Vaši prijatelji.	1	2	3	4	5
24. Nazvati nekoga s kim ste se samo susreli, a željeli biste ga/nju bolje upoznati.	1	2	3	4	5
25. Pozvati mogućeg/u prijatelja/icu na kavu.	1	2	3	4	5

## BDI – M

Uputa: U ovom upitniku nalazi se skupina tvrdnji. Molim Vas da pažljivo pročitate svaku od njih. Zatim u svakoj skupini odaberite onu tvrdnju koja najbolje opisuje kako ste se osjećali PROTEKLOG TJEDNA UKLJUČUJUĆI DANAS. Zaokružite broj ispred tvrdnje koju ste odabrali. Ako Vam se čini da se više tvrdnji može primjeniti jednako dobro, zaokružite vsaku od njih. Svakako pročitajte sve tvrdnje u pojedinoj skupini prije nego što odaberete jednu od njih.

1.   0   Nisam žalostan.  
      1   Osjećam se žalosno.  
      2   Cijelo sam vrijeme žalostan i ne mogu to prekinuti.  
      3   Tako sam žalostan i nesretan da to više ne mogu podnijeti.
2.   0   Nisam naročito obeshrabren u pogledu budućnosti.  
      1   Osjećam se obeshrabreno u pogledu budućnosti.  
      2   Osjećam da nemam što očekivati.  
      3   Osjećam da je budućnost beznadna i da se stvari ne mogu popraviti.
3.   0   Ne osjećam se kao promašena osoba.  
      1   Osjećam se neuspješnijim od drugih ljudi.  
      2   Kad se osvrnem na svoj život, vidim samo mnogo neuspjeha.  
      3   Osjećam se kao potpuno promašena osoba.
4.   0   Uobičajene aktivnosti predstavljaju mi zadovoljstvo.  
      1   Ne uživam u stvarima na način kako sam uživao prije.  
      2   Više me gotovo ništa istinski ne raduje.  
      3   Ništa mi ne predstavlja zadovoljstvo i sve je isprazno.
5.   0   Ne osjećam se krivim.  
      1   Dobar dio vremena patim od osjećaja krivnje.  
      2   Većinom patim od osjećaja krivnje.  
      3   Neprestano se osjećam krivim.
6.   0   Ne mislim da sam kažnjen.  
      1   Osjećam da bih mogao biti kažnjen.  
      2   Očekujem kaznu.  
      3   Osjećam da sam kažnjavan.
7.   0   Nisam razočaran sobom.  
      1   Razočaran sam sobom.  
      2   Gadim se sam sebi.  
      3   Mrzim samog sebe.
8.   0   Nisam gori od drugih.  
      1   Imam više slabosti i pogrešaka od drugih.  
      2   Stalno se okrivljujem zbog svojih pogrešaka.  
      3   Okrivljujem sebe za sve loše što se dogodi.
9.   0   Uopće ne pomišljam na samoubojstvo.  
      1   Pomišljam na samoubojstvo, ali ne bih to mogao učiniti.  
      2   Želio bih se ubiti.  
      3   Ubio bih se da imam priliku.
10.  0   Ne plačem više nego obično.  
      1   Plačem više nego ranije.  
      2   Sada stalno plačem.  
      3   Ranije sam mogao plakati, ali sada više ne mogu.



11. 0 Nisam razdražljiviji nego što sam bio ranije.  
1 Lakše se razdražim ili naljutim nego ranije.  
2 Stalno se osjećam razdraženo.  
3 Više me uopće ne razdražuju stvari koje su me ranije ljutile.
12. 0 Nisam izgubio interes za druge ljude.  
1 Drugi me zanimaju manje nego ranije.  
2 Uglavnom sam izgubio interes za druge ljude.  
3 Potpuno sam izgubio interes za druge ljude.
13. 0 Odluke donosim bez problema kao i ranije.  
1 Odgađam donošenje odluka češće nego ranije.  
2 Imam većih teškoća u donošenju odluka nego ranije.  
3 Uopće više ne mogu donositi odluke.
14. 0 Ne mislim da izgledam lošije nego ranije.  
1 Brinem se da izgledam lošije nego ranije.  
2 Osjećam da se u mom izgledu događaju stalne promjene zbog kojih sam postao neprivlačan.  
3 Mislim da izgledam ružno.
15. 0 Mogu raditi jednako dobro kao i prije.  
1 Moram uložiti poseban napor da započnem nešto raditi.  
2 Moram se jako prisiljavati da učinim bilo što.  
3 Uopće ne mogu raditi.
16. 0 Spavam uobičajeno dobro.  
1 Ne spavam dobro kao prije.  
2 Budim se 1-2 sata ranije i teško ponovno zaspim.  
3 Budim se mnogo ranije (nekoliko sati) i ne mogu ponovno zaspati.
17. 0 Ne umaram se više nego obično.  
1 Umaram se brže nego ranije.  
2 Umorim se gotovo od svega.  
3 Preumoran sam da bih bilo što radio.
18. 0 Moj apetit nije lošiji nego ranije.  
1 Nemam više tako dobar apetit kao prije.  
2 Apetit mi je sada mnogo lošiji.  
3 Uopće više nemam apetita.
19. 0 U posljednje vrijeme nisam uopće smršavio, ili sam smršavio tek neznatno.  
1 Izgubio sam više od 2,5 kg.  
2 Izgubio sam više od 5 kg.  
3 Izgubio sam više od 7,5 kg.
- Namjerno pokušavam izgubiti na težini jedući manje.      DA      NE
20. 0 Nisam zabrinut za svoje zdravlje više nego obično.  
1 Brine me tjelesno zdravlje zbog bolova, probadanja, mučnine ili opstipacije.  
2 Vrlo sam zabrinut za svoje zdravlje i teško mi je razmišljati o bilo čemu drugom.  
3 Tako sam zabrinut zbog svog zdravlja da više ne mogu razmišljati ni o čemu drugom.
21. 0 Ne primjećujem nikakve promjene u svom interesu za seks.  
1 Manje sam zainteresiran za seks nego ranije.  
2 Moj interes za seks je sada značajno manji.  
3 Potpuno sam izgubio interes za seks.

## Scale of Perceived Social Self-Efficacy

Heather Smith and Nancy Betz, 2000

Response continuum:

No Confidence at all (1) little Confidence (2) Moderate Confidence (3) Much Confidence (4)  
Complete Confidence (5)

Directions: Please read each statement carefully. Then decide how much confidence you have that you could perform each of these activities successfully. Please use the following key.(above)

How much confidence do you have that you could:

1. Start a conversation with someone you don't know very well.
2. Express your opinion to a group of people discussing a subject that is of interest to you.
3. Work on a school, work, community, or other project with people you don't know very well.
4. Help to make someone you've recently met feel comfortable with a group of your friends.
5. Share with a group of people an interesting experience you once had.
6. Put yourself in a new and different social situation.
7. Volunteer to help organize an event.
8. Ask a group of people who are planning to engage in a social activity (e.g., go to a movie) if you can join them.
9. Get invited to a party that is being given by a prominent or popular individual.
10. Volunteer to help lead a group or organization.
11. Keep up your side of the conversation.
12. Be involved in group activities.
13. Find someone to spend a weekend afternoon with.
14. Express your feelings to another person.
15. Find someone to go out to lunch with.
16. Ask someone out on a date.
17. Go to a party or social function where you probably won't know anyone.

18. Ask someone for help when you need it.
19. Make friends with a member of your peer group.
20. Join a lunch or dinner table where people are already sitting and talking.
21. Make friends in a group where everyone else knows each other.
22. Ask someone out after he/she was busy the first time you asked.
23. Get a date to a dance that your friends are going to.
24. Call someone you've met and would like to know better.
25. Ask a potential friend out for coffee.